



復旦大學

Fudan University

<http://www.premed.fudan.edu.cn>

国家精品课程

探索



创新



预防医学

临床预防服务

倾听



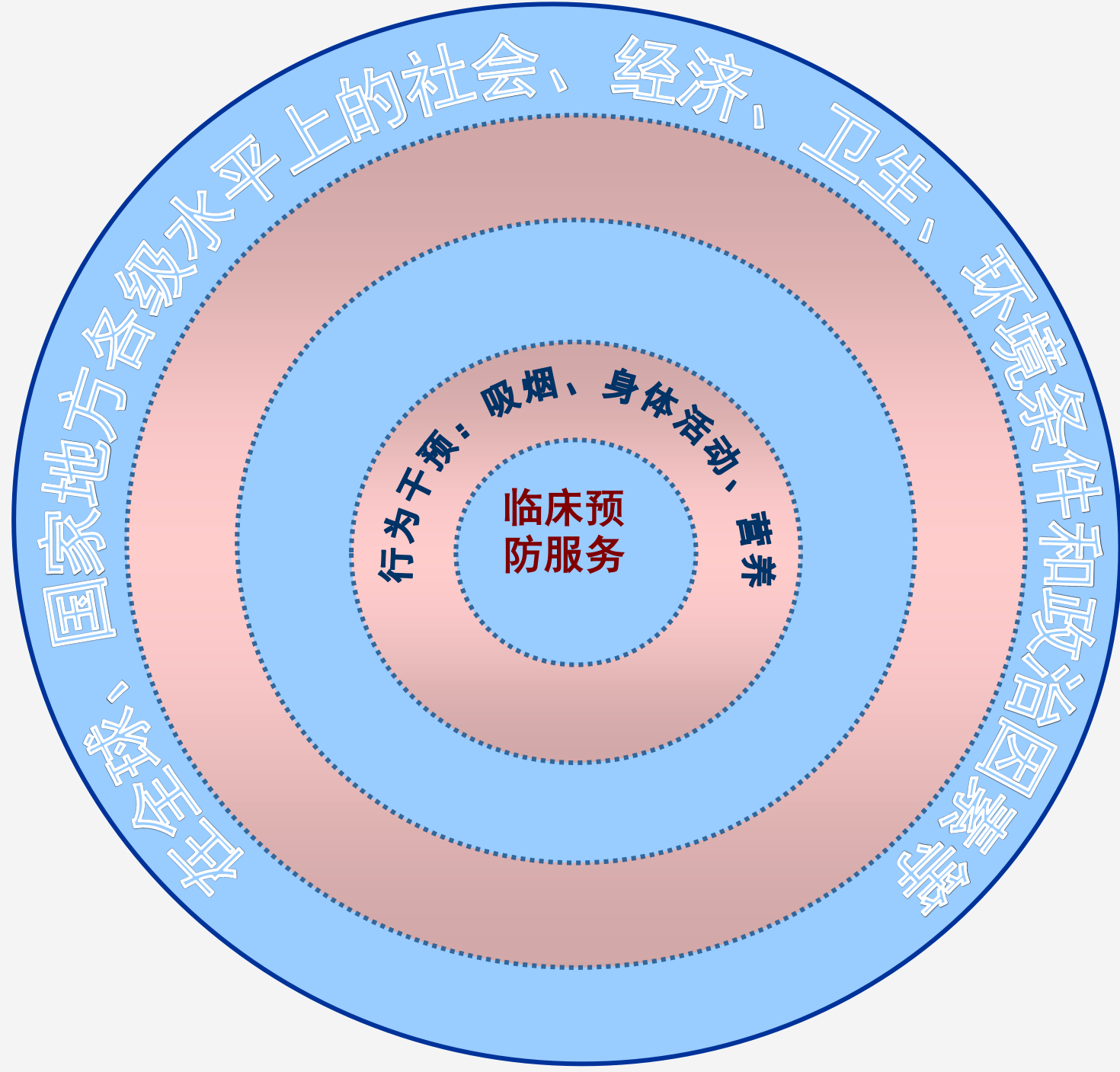
预防医学教研室

思考



Department of Preventive Medicine, School of Public Health, Fudan University

生态学模型





第一模块 临床预防服务

- ◆ 介绍在临床场所如何实施以个体为对象行为干预为重点的预防服务
- ◆ 介绍如何在临床场所开展预防服务的方法和技能，学会能在临床场所了解患者及家属的关注点和偏好，以不同的角色进行有效沟通，开展个体化健康教育和疾病的预防；从而能够将健康促进、疾病预防、早期发现与医疗服务和慢性病管理等结合到临床实践中。



授课安排

- ◆ 临床预防服务（翻转+课后练习）
- ◆ 健康行为干预（理论课+翻转）
- ◆ 控制烟草使用（翻转）
- ◆ 合理营养指导（课堂练习）
- ◆ 身体活动促进（翻转）
- ◆ 疾病的早期发现和第二级预防（翻转）



要求

- ◆ 理解临床预防服务的内涵，熟悉基本内容和流程
- ◆ 熟悉常用的健康行为改变理论；辨析健康教育和健康促进的差别
- ◆ 掌握三项行为咨询基本技能：
合理膳食、戒烟、促进身体活动
- ◆ 理解临床场所疾病的筛检方法与原则



本次课程目的要求

- ◆ 学会临床预防服务的基本概念，加深对临床预防服务在个性化预防作用的认识。
- ◆ 学到临床预防服务的内容，以及在临床场所如何实施这些内容。
- ◆ 学会如何实施健康危险度评估的方法，以及在临床场所如何收集危险因素和制定健康维护计划。

实习：健康危险度评估系统软件



“临床预防服务” 翻转课堂流程

- ◆ 课前观看视频和书本相关章节
- ◆ 分组：每班分为十五组，每组选定一位组长
- ◆ 课前测试：用时2分钟
- ◆ Presentation：3组在课堂上做现场汇报并提问，其他准备回答
- ◆ 课堂讨论及总结
- ◆ 课后作业：健康危险度评估网站



课前测试

- ◆ 共4题，用时2分钟
- ◆ 提醒：2分钟后系统自动关闭，请及时提交



课堂汇报

- ◆ 主题1：设计一个案例，根据案例介绍临床预防服务的定义及内容。
- ◆ 主题2：介绍临床预防服务的实施基本步骤，并根据设计的一个案例制定个体化的健康维护计划。
- ◆ 主题3：目前市场上有很多体检机构，追求“全面，最新，高端”。结合临床预防服务的循证原则以及美国预防服务工作组临床预防服务建议，谈谈你对于体检的看法。
- ◆ 每组汇报时间控制在15分钟之内




五星级医生

世界卫生组织五星级医生的标准

- ★ **医疗保健提供者：**提供高质量、综合的、持续的和个体化的保健；
- ★ **保健方案决策者：**要能够选择经费效益比好的措施；
- ★ **健康知识传播者：**通过有效的解释和劝告，开展健康教育；
- ★ **社区健康倡导者：**满足个体和社区的卫生需求，并代表社区倡导健康促进活动；
- ★ **健康资源管理者：**在卫生系统内外与个体或组织一起工作，满足病人和社区的要求。



临床预防服务的概念

 **临床预防服务 (clinical preventive services)** 是指在临床场所对健康者和无症状的“患者”病伤危险因素进行评价，然后实施个体的预防干预措施来预防疾病和促进健康。



临床预防服务的内容

- ◆ 健康咨询 (health counseling)
- ◆ 筛检 (screening)
- ◆ 免疫接种 (immunization)
- ◆ 化学预防 (chemoprophylaxis)
- ◆ 预防性治疗 (preventive treatment)



如何咨询和劝导？

5 As behavioral counseling

- assess** 可以通过询问或者评价工具完成
- advise** 明确的、强烈的，个体化的
- agree** 对个人健康目标的设定表示赞同
- assist** 帮助（技巧、方法、材料、药物等）
- arrange** 确定随访时间表



The Guide to Clinical Preventive Services 2014





临床预防服务推荐分级表

证据的 肯定性	干预效果的净效益			
	大	中	小	零/负数
高	A	B	C	D
中	B	B	C	D
低	E	E	E	E

分级：

A=推荐，高度肯定性研究表明有很大的净效益；

B=推荐，高度肯定性的研究表明有中度的净效益，或中度肯定性的研究表明有中到大的净效益；

C=不作常规应用推荐，但可考虑推荐给个别患者。中度肯定性的研究表明有小的净效益；

D=不推荐,中到高度肯定性的研究表明无净效益甚至是有害的；

E=目前的证据还不足以评价其有益或有害，证据缺乏包括研究质量差或缺乏、或相互矛盾，因此不能衡量其有益和有害的情况。



美国预防服务工作组A和B等级的 临床预防服务建议

◆ 详见课本 表8-2

◆ 引自

www.USPreventiveServicesTaskForce.org
截止到2018年6月，A和B等级的临床预防服
务建议共51项



临床预防服务实施的原则

1. 重视危险因素收集
2. 重视医患双方共同决策
3. 注重预防服务的连续性
4. 以健康咨询为先导
5. 合理选择健康筛检的内容
6. 根据不同年龄阶段的人群特点开展针对性的临床预防服务



健康信息收集与危险度评估



健康信息收集的内容

- ◆ 个人信息
- ◆ 吸烟
- ◆ 身体活动
- ◆ 日常饮食
- ◆ 性生活
- ◆ 酒精及其他药物使用
- ◆ 职业与环境危险因素
- ◆ 筛检
- ◆ 化学预防
- ◆ ...



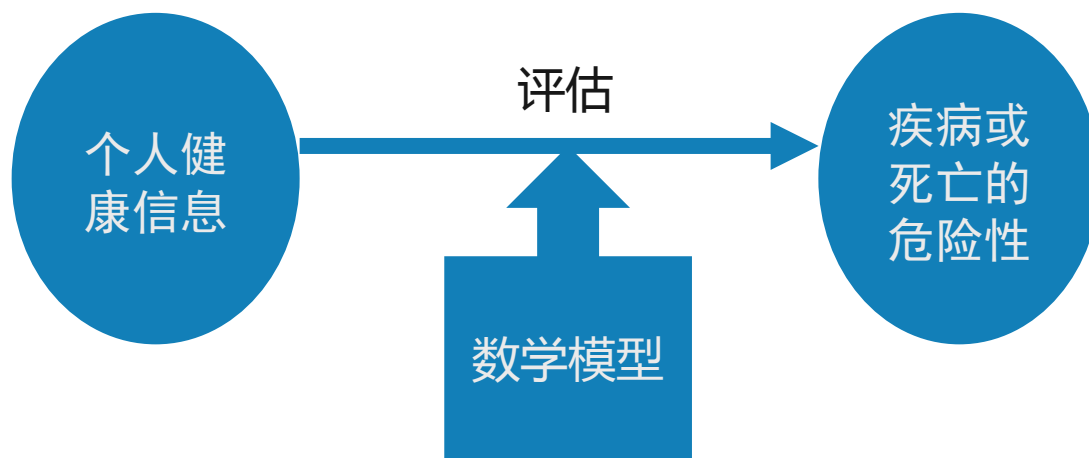
健康信息收集注意事项

- ◆ 应用开放式问题，保持目光接触
- ◆ 注意患者的情绪反应
- ◆ 注意患者的措词、语调、语音、语速和非语言性交流
- ◆ 识别并向患者提出共同分担



健康风险评估

健康风险评估 (health risk appraisal, HRA) 是一种用于描述和评估个体的健康危险因素所导致的某一特定疾病或因为某种特定疾病而死亡可能性的方法和工具。



健康危险度评估系统

[注册](#)[登录](#)[简介](#)[综合问卷](#)[肿瘤问卷](#)[心脑血管问卷](#)[糖尿病问卷](#)

敬爱的用户：

欢迎您参加健康危险度评估！您目前的生活方式与未来的健康息息相关。许多疾病的发生，与不良行为方式有着密切的关系。下面的调查可帮您找出目前存在的，可能导致疾病发生的危险因素，预测疾病发生的危险，提供如何建立健康行为的建议。

健康危险度评估只是一种预测，而不是精确的断言：它不能代替医生的身体检查；它仅提供一些建议，帮助您降低在未来发生疾病的危险；对于已经患有肿瘤、心脏病等严重疾病的人来说，再去估计相应疾病的发病危险已不再适合。

您的问答将由计算机处理，所有资料将予以保密。

本评估适合15-70岁的人群。如果您不在此范围内，则此项评估也许不适合您的情况。

您可以对所有疾病作一预测，也可选择您所关心的疾病进行评估。

感谢您参加我们的评价！



危险度评估-预防医学教研室

网址:

◆ <http://pp.premed.fudan.edu.cn/hrm/index.act>

使用前先注册，使用学号注册

“工作单位” 选择 “2020第二学期预防医学”



注册界面-2020第二学期预防医学

pp.premed.fudan.edu.cn/hrm/register.act

1 基本信息

2 个人信息

3 注册结果

性别 ☒ 男 ☐ 女

出生年月

1999

1

2020第二学期预防医学

工作单位

2020第二学期预防医学

教育状况

大专以上

婚姻状况

未婚

民族

汉族

上一步

下一步



管理员审核后再次登入，选择综合问卷填写



综合问卷

敬爱的用户：

综合问卷囊括了本系统中所有涉及到的调查问题，将按照吸烟与饮酒、饮水及膳食、情绪、锻炼及睡眠、职业史、生理指标及职业病、家族史、意外伤害和社会支持八个方面对您当前的生活习惯、既往病史、健康情况等所暴露的危险因素进行收集，女性还将包括女性生育因素。回答完本问卷后您可以直接查看所有单病种评估报告以及肿瘤综合评估报告，而不必继续填写肿瘤问卷、心脑血管问卷以及糖尿病问卷。



肿瘤问卷



心脑血管问卷



糖尿病问卷



填写后， 出综合评估报告

综合评估报告

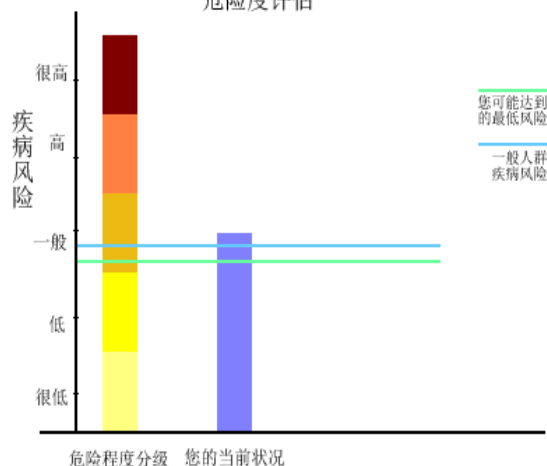
评估项目	可减少或控制的关键危险因素	措施	疾病风险
膀胱癌	蔬菜、水果摄入不足 吸烟	摄入充足的蔬菜水果 该戒烟啦	一般稍高危险
大肠癌	经常食用高脂食品 蔬菜摄入不足	少吃高脂食品 摄入充足的蔬菜水果	很高危险
肺癌	目前吸烟 有被动吸烟 蔬菜、水果摄入不足 有时接触烹调油烟	该戒烟啦 避免被动吸烟 摄入充足的蔬菜水果 减少烹调油烟	很高危险
肝癌	经常饮酒或酗酒 吸烟	不饮酒或限制饮酒 该戒烟啦	一般平均危险

评估疾病：肺癌

您当前的危险等级： 很高危险 （危险度的等级是如何划分的？）

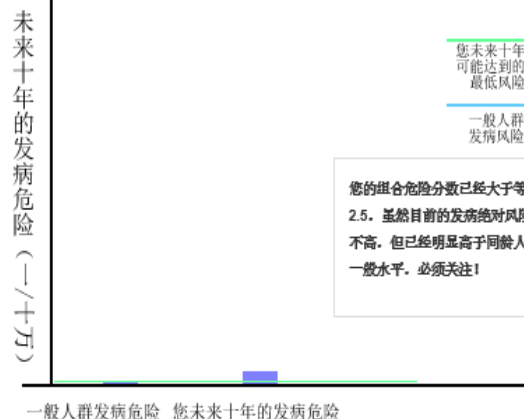
您可能达到的最低危险等级： 一般稍低危险

危险度评估



疾病风险图

未来十年的发病危险 (一/十万人)



未来十年发病风险图

您可改变的关键危险性因素

吸烟和饮酒

- ☐ 目前吸烟（该戒烟啦）
- ☐ 有被动吸烟（避免被动吸烟）

饮水及膳食

- ☐ 蔬菜、水果摄入不足（摄入充足的蔬菜水果）

吸烟和饮酒

- ☐ 有时接触烹调油烟（减少烹调油烟）

您不可改变的关键危险性因素

无

您的优势因素

情绪锻炼及睡眠

无长期精神压抑

生理指标及疾病史

未患过慢性呼吸系统疾病

家族史

无肿瘤家族史



健康维护计划

健康的身体除了需要建立健康的生活方式外以下，还必须定期进行检查和必要的免疫接种。

以下是我们为您制定的健康维护计划，它是根据您的年龄、性别、目前的健康状况制定了，包括了您应参加的筛检、免疫、随访等。我们的计划为您将来的行为提供了参考，具体实施请和医生商量。

测试与检查

#	检查项目	检查周期	操作
1	血压	经常性测试	不再提醒
2	身高体重	每1年1次	不再提醒
3	牙齿检查	每1年1次	不再提醒
4	乳房检查（女）	每1-3年1次	不再提醒

肿瘤检查

#	检查项目	检查周期	操作
1	甲状腺	每3年1次	不再提醒
2	口腔	每3年1次	不再提醒
3	皮肤	每3年1次	不再提醒
4	淋巴结	每3年1次	不再提醒
5	卵巢 女	每3年1次	不再提醒

免疫接种

#	检查项目	检查周期	操作
1	破伤风	每10年1次	不再提醒



其他HRAS

最著名的是美国Framingham risk score

<http://www.framinghamheartstudy.org/risk-functions/index.php>

可在线测量：

<http://cvdrisk.nhlbi.nih.gov/calculator.asp>



健康维护计划

health maintenance schedule

依据就医者的性别、年龄以及各种健康危险因素分布的特征，有针对性地制定未来一段时间内个体的健康维护（健康管理）方案，临床工作者据此开展个性化的健康指导，从而完成一系列干预措施。



如何制定健康维护计划

以问题为导向的记录方式

- ◆ 主观资料：主诉、症状、疾病史、家族史、社会生活史等
- ◆ 客观资料：体检、实验室检查结果、心理行为测量结果、病人态度、行为
- ◆ 对健康问题的评价：诊断、鉴别、预后以及对危险因素的评价
- ◆ 健康维护计划：诊断、治疗、预防保健、健康指导



预防保健时间表

图 儿童预防保健时间表

年龄（岁）		B	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18				
测试	新生儿筛查																							
	头围																							
	身高、体重																							
	血压																							
	贫血																							
	铅																							
	尿检																							
检查																								
	听力																							
	视力																							
	眼																							
	牙																							
免疫	结核病（卡介苗）	1							1															
	脊髓灰质炎	3					1																	
	麻疹	1					1					1												
	白百破	3	1							1														
	乙肝（HBV）	3																						
健康指导	生长发育、营养、口腔卫生、体育活动、外伤与中毒、吸烟、饮酒与吸毒、AIDS、性行为说明	根据适当的年龄阶段提供适当的健康																						
						全部权威专家推荐									部分权威专家推荐									

图 成人预防保健时间表

年龄(岁)		18—	25—	30—	35—	40—	45—	50—	55—	60—	65—	70—	75—
心血管健康	血压	男性女性至少每2年1次											
	血胆固醇	高危男性				男性						高危男性	
		高危女性					女性					高危女性	
	控制体重	高胆固醇血症、有心脏病糖尿病危险的男性和女性											
	糖尿病	有心脏病危险的男性和女性											
	阿司匹林预防心脏病	高危男性					男性						
		高危女性										女性	
腹主动脉瘤											曾吸烟的男性		
肿瘤	乳腺癌						女性每1~2年1次						
	宫颈癌	女性至少每3年1次											
	结肠直肠癌								男性和女性				
健康危险因素	吸烟	男性和女性											
	肥胖	男性和女性											
	酒精滥用	男性和女性											
性健康	衣原体	女性	高危女性										
	淋病	女性	高危女性										
	HIV	高危男性和女性											
	梅毒	高危男性和女性											
骨健康	骨质疏松症									高危女性		女性	
其他	抑郁症	男性和女性											
免疫接种	流感	高危男性和女性										男性和女性每年一次	
	肺炎											男性和女性，一次	
说明:	1、为了预防疾病和保持健康，最为重要的是：不要吸烟或戒烟、保持活跃的体力活动、合理膳食。 2、“高危”指的是可能对某些特定的疾病有更高的患病风险，这些危险可能来自于他的家族史、吸烟、其他行为因素，比如缺乏运动或其他的健康情况，比如糖尿病等。												



小 结

临床预防服务概念、内涵

健康管理概念

临床预防服务的内容

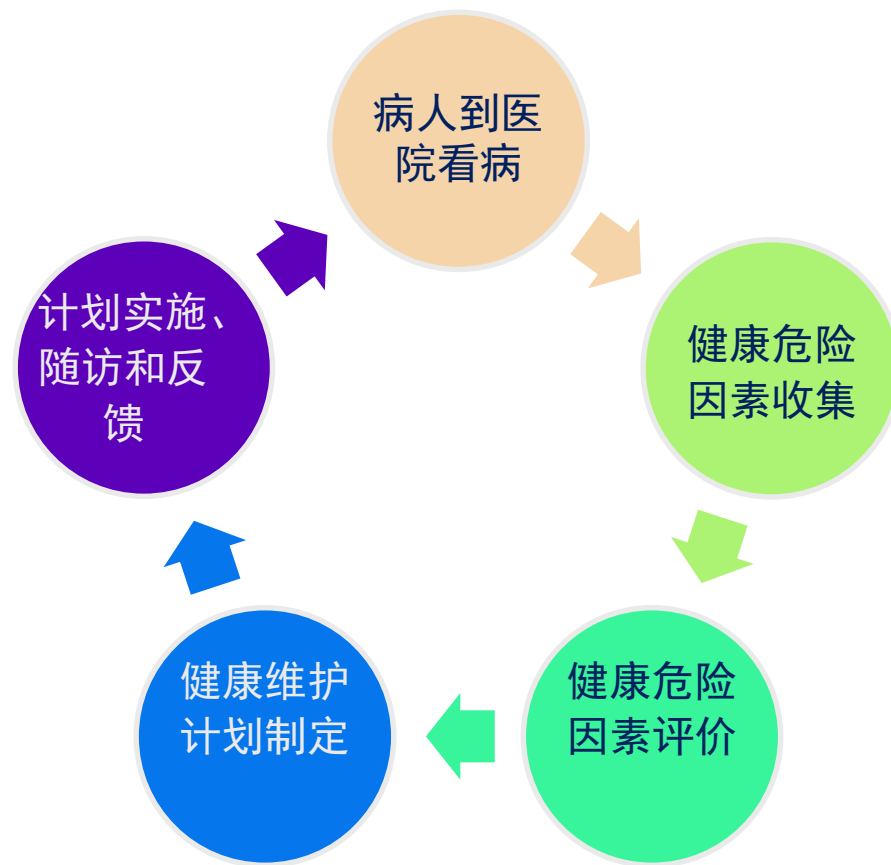
- 求医者的健康咨询
- 筛检
- 免疫接种
- 化学预防
- 预防性治疗

实施临床预防服务的原则

临床场所的危险因素收集

健康危险因素评价

健康维护计划





推荐阅读书目及网站

- 傅华 . 临床预防医学（第二版）. 复旦大学出版社，上海，2014.
- <http://www.USPreventiveServicesTaskForce.org>
- 中国慢病管理网: <http://ncd.org.cn/>
- Guide to Clinical Preventive Services 2014
- Woolf SH, et al: Health Promotion and Disease Prevention, 2nd edition. Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins. 2008
- 王家骥，主编. 全科医学基础——第8章：全科医学中的健康管理. 北京：科学出版社，2010. （7）
- 中华预防医学会健康风险评估与控制分会网站：
http://www.cpma.org.cn/Article_Class2.asp?ClassID=237



课后作业

登陆网页：

◆ <http://pp.premed.fudan.edu.cn/hrm/index.act>

◆ 完成个人危险度评估。请在一周内完成。

使用前先注册，使用学号注册

“工作单位” 选择“2020第二学期预防医学”

把使用后对危险度评估的理解，或使用后的建议感受，字数不限，在“学习通”讨论区提交



復旦大學

Fudan University

<http://www.premed.fudan.edu.cn>

国家精品课程

探索



创新



谢谢

倾听



思考



Department of Preventive Medicine, School of Public Health, Fudan University